

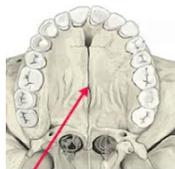
## こども矯正の強い味方！～急速拡大装置について～

こんにちは、矯正歯科担当の長縄直子です。季節は11月。急に肌寒くなりましたが、みなさん風邪などひかれていますか？矯正に通ってきてくれるお子さんの中にも、風邪をひいてお鼻ジュルジュルな子がちらほらいて心配しています。

鼻詰まりの原因が風邪などで一時的なものだと良いのですが、アレルギーや鼻疾患で年中鼻が詰まっていて日常的になると口が開いて口内が乾燥し、虫歯や口臭の原因になったり、インフルエンザや風邪菌が鼻のフィルターを通さず直接体に侵入してしまい免疫が下がる、そして、本来上あごにピッタリくっつき上あごの成長を促す舌が下がってしまうと顎が狭くなり歯列不正を引き起こすなど良いことが一つもありません。

実際、矯正治療が必要なお子さんのお口の中を見ると、ほとんどの子があごが小さく、永久歯の生える隙間のない状態です。そんな子の耳鼻科などの通院歴を聞いてみると、鼻の疾患があったり、アレルギーなどで年中鼻が詰まっているという子がよくいます。

そんな時、矯正治療でよく使用する装置が「急速拡大装置」です。急速拡大装置は上あごの歯列を横に広げるための固定式拡大装置で、金属製のバンドが歯にしっかり固定されるので自分で取り外すことはできず、外からはほとんど見えません。この装置の真ん中にある拡大ネジを回すことで、上あごの歯列がどんどん横に広がっていきます。



正中口蓋縫合

上あごは元々左右2つに分かれていて、「正中口蓋縫合（せいちゅうこうがいほうごう）」と呼ばれる上あご正面のつなぎ目によりつながっています。子供の頃はこの縫合がまだしっかりつながっておらず、装置によって広げることであごの幅を広げることができるんです。そしてこの装置のもうひとつのメリット。それは上あごを広げる事で鼻腔も広がるので鼻呼吸しやすい環境を作りだせることです。

実際、当院ではこの装置を拡大が必要なお子さんに使用するのですが、「鼻詰まりが良くなった」「口を閉じているようになった」「いびきをかかなくなった」などの声もよく聞きます。デメリットは装置装着による違和感が強い点です。発音がしづらい、飲み込みにくいといった違和感や、鼻や口元にツンとした痛みが起ることがありますが、大体数日で慣れてほとんど気にならなくなります。装置の装着期間は大体6ヶ月ほど。狭い顎を広げて歯並びや噛み合わせが治るのに加え、鼻詰まりも治る（かもしれない）この装置。お子様のお口ボカンや歯並び噛み合わせが気になる方はお気軽にご相談くださいね♪

## オススメ「ウルトラフロス」!!



こんにちは。歯科衛生士の澤田です。先月号で紹介しました「flossちゃん」に続いて今月は「ウルトラフロス」を紹介します。歯と歯の間は磨きにくい部分で中々そこまでお手入れが出来ていない、フロスは使用が難しい、という方もいらっしゃるかもしれません。

今月紹介する「ウルトラフロス」は持ち手が丈夫でY字の形をしているので奥歯にも挿入しやすい形になっています。また、50～100本の細い糸が菌の塊である歯垢をしっかりと絡めとってくれます！滑りが良い素材でできているのできつい歯間にも入りやすいです。そして切れにくく、歯ブラシのように洗って繰り返し使えるので経済的にも優れています！

奥歯が生えてきたお子様、フロスを習慣化したい方のフロスの練習におすすめです。歯と歯の間を清潔に保ち、歯周病・虫歯予防に努めましょう(^o^)



## Lets' けん玉!!



こんにちは、クリーンスタッフの田中です。我が家では、自粛期間中にリモートで両親や兄妹、姪っ子達と交流をしていました。そこで姪っ子の1人が学校で流行っているという『けん玉』を使って、『もしかめ』という技を披露してくれたのです。

皆さんもご存じの「もしもしかめよ～かめさんよ～」の曲に合わせて玉を大皿と中皿に交互にのせながら回数を重ねていく技です。連続100回以上を難なくクリアしている姿を見て、娘も負けていられないと闘志を燃やし、思いがけなく我が家でのけん玉ブームが始まりました。

そこで私もチャレンジ！と思い挑戦してみたのですがこれが中々難しい…。思うようにテンポよく皿にのらないし続かない…。

順調に回数を増やしている娘にコツを聞いてみると「もっと膝を使って、リズムよく」というアドバイスを貰い、やってみると10回→30回→50回と連続で出来るようになりました。

これは楽しい～！と何日か続けていると、今度は屈伸運動のしすぎなのか、膝が痛くなってしまい、気持ちは連続100回！と思うのですが、途中動きがおかしくなり「壊れたロボットみたい～」と笑われて終わる結果に…。

今では週末だけですが『リモートけん玉大会』を開催して、みんなで一喜一憂しながら賑やかなお家時間を楽しんでいます。

